



Menú SEMANAL PRIMARIA Y ESO



SEMANA 1

LUNES

OLLA GITANA
TORTILLA FRANCESA
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

MARTES

ENSALADA VERDE
ESTOFADO DE TERNERA
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

MIÉRCOLES

ENSALADA CON QUESO
PASTA INTEGRAL CON
SALMÓN
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

JUEVES

ENSALADA DE HORTALIZAS
LENTEJAS ESTOFADAS CON
VERDURAS
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

VIERNES

ENSALADA CON ATÚN
ARROZ CON MAGRA
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

SEMANA 2

FESTIVO

ENSALADA CON HUEVO
ARROZ CON GARBANZOS
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE PESCADO
TORTILLA DE PATATAS CON
ENSALADA VERDE
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE
COCIDO MURCIANO CON
PELOTA
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

PURÉ DE CALABACÍN
POLLO A LA MURCIANA
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

SEMANA 3

ENSALADA DE HORTALIZAS
LENTEJAS ESTOFADAS CON
VERDURAS
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CÉSAR
ESPIRALES CON CABALLA
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE
PATATAS PANADERA CON
MERLUZA EN SALSA VERDE
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

TOMATE Y LECHUGA
ARROZ A LA CUBANA CON
SALSA DE TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CON COPOS DE
NIEVE
LOMO CON PATATAS CHIPS
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

SEMANA 4

ENSALADA CON QUESO
PASTA CON ATÚN Y
SALSA DE TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

CHRISTMAS

